

Invitasjon til Supersamling Bærum idrettspark

8.-9.desember



Kretsene: Hedmark, Oppland, Oslo, Akershus, Telemark, Buskerud, Østfold og Vestfold,

Inviterer utøvere fra UM nivå og eldre (født 04 og eldre) til Supersamling med gode trenere, overnatting, mat og sosialt samvær!

PROGRAM

- Lørdag:** 12.00-14.00: Trening i Bærum Idrettspark
14.00-15.00: Lunsj i Bærum Idrettspark
18.30-19.30: Middag på hotellet ([Expo Fornebu](#))
20.00: Foredrag med kjent profil
- Søndag:** 10.30: Buss fra hotellet til Bærum Idrettspark
11.00-13.00: Trening i Bærum Idrettspark

Formålet med denne samlingen er å knytte bånd på tvers av klubb og krets, samt ny læring og motivasjon.

Påmelding via Questback 18.november **her:**

<https://response.questback.com/norgesfriidrettsforbund/zehvusrzmt>



Akershus, Buskerud, Hedmark, Oppland, Oslo, Telemark, Vestfold, Østfold

Vi tilbyr følgende trenere på følgende øvelser:

Høyde	Adrian Proteasa – bronse i EM, nr 7 i OL og respektert trener for mange høydehoppere i Norge
Sprint	Helene Rønningen/ Stephan Jonansson - EM deltager i Berlin 2018 og norsk rekordholder på 200m
Distanse	Thomas Roth /Silje Fjørtoft – flere ganger norgesmester på 800, samt deltaker i flere EM
Stav	Andreas Gjesdal - aktiv utøver med pers på 5.05
Slegge	Eivind Henriksen -norsk rekordholder i sleggekast og 4. plass i JR VM, Nr 13 i OL
Spyd	Ragnar Danielsen – trener rekrutteringslandslaget.
Lengde/tresteg	Dietmar Mögenburg – OL gull i høyde i 1984
Kule/Diskos	Magnus Aunevik-Berntsen - aktiv utøvere med 3.plass fra NM
Hekk	Petar Vukicevic – Profilert trener

Det er en egenandel på kr 900,- pr utøver – som inkluderer; trening med høyt kompetente trenere, buss tur/retur hotell – Bærum Idrettspark, lunsj lørdag, middagsbuffet lørdag, overnatting og foredrag lørdag.

Regning sendes klubber i etterkant (så er det opp til hver klubb, å sende videre).

Da ser i frem til en forrykende flott friidrettshelg i Bærum, med mye god idrett, mat og sosialt samvær.

Spørsmål?

Kontakt; Dag Kåshagen Tlf: 922 14 740 eller Mette F. Dale Tlf: 481 46 807

e-post: akershus@friidrett.no